मनोविकार आणि भूतबाधा

१) मन म्हणजे काय ?
२) मन आजारी पडते म्हणजे काय होते ?
३) जगात भूत नाही तर प्रामाणिक माणसे ते दिसल्याचे कसे सांगतात ?
४) भूतबाधा झालेली व्यक्ती कशी वागते ?
५) मनोविकार रहस्यमय का वाटतात ?
६) सौम्य मनोविकार म्हणजे काय ?
७) तीव्र मनोविकार म्हणजे काय ?
८) जसे शरीर दमते तसेच मन दमते का ?
९) विचार पद्धतीतले कुठले दोष माणसाला चिंताग्रस्त बनवितात ?
१०) सिझोफ्रेनियाची लक्षणे कोणती ?
११) सिझोफ्रेनियाविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?
१२) मंदबुद्धीची लक्षणे कोणती ?
१३) मंदबुद्धीविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?
१४) मिरगीची लक्षणे कोणती ?
१५) मिरगीविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या
१६) नैराश्याची लक्षणे कोणती ?
१७) नैराश्याविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?
१८) 'हिस्टेरिया' रोगाविषयी माहिती द्या. हिस्टेरियाची लक्षणे कोणती ?
१९) हिस्टेरिया विषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?
२०) दारूच्या व्यसनाची लक्षणे कोणती ?
२१) दारू पिण्याविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?
२२) भगताने 'अंगात ये' म्हटले की काय होते ?
२३) अंगात येते याची कारणे कोणती ?
२४) अंगात आलेल्या व्यक्ती दैवी चमत्कार करतात. हे खरे की खोटे ?
२५) अंगात आलेल्या व्यक्तीचा मानसशास्त्रीय अभ्यास कोणी केला ? त्याचा निष्कर्ष काय ?
२६) 'अंगात येणे' या प्रकारची चिकित्सा का केली पाहिजे ?
२७) स्वतःला मानसिक आजार आहे. हे कसे ओळखाल ?
२८) अंधश्रद्धा निर्मूलनाबाबत आपण काय करू शकतो ?
२९) मानसरोग प्रतिबंधन व मानस स्वास्थ्य संवर्धनासाठी सरकारी पातळीवरील कार्य ?
३२) भूत दिसते तेव्हा नेमके काय होते ?

यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठान, मुंबई.
महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती.

वैज्ञानिक जाणीवा प्रकल्प

मनोविकार व भूतबाधा (अभ्यासक्रम)

- डॉ.प्रदीप पाटकर

★ कृतज्ञता ★

सत्यशोध प्रज्ञा प्रकल्पाच्या विशेष अभ्यासक्रमाच्या या पुस्तक प्रकाशनासाठी **यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठान मुंबई** यांनी आर्थिक सहाय्य केले. महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती त्यांची मन:पूर्वक आभारी आहे.

मनोविकार व भूतबाधा

लेखक : **डॉ. प्रदीप पाटकर**
E-10/3-2 सेक्टर १८, नवीन पनवेल, जि.रायगड - ४१०२०६

© : **महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती**
१५५, सदाशिव पेठ, सातारा - ४१५००१

पहिली आवृत्ती : **मार्च १९९८**

प्रकाशक : **मिलींद जोशी** (कार्यवाह) प्रकाशन
महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती
२/१४, 'मारवा', १०/२ अ, अनुपम पार्क
कोथरुड, पुणे - ४११०२९

वितरक : **कुमार मंडपे** प्रकल्प प्रमुख
सत्यशोध प्रज्ञा प्रकल्प, म.अं. नि. स.
'जिज्ञासा', २४/२-ब, विसावा नाका
सातारा - ४१५००१. पो.बॉ.नं. ५

मुद्रक : **संदेश शहा**
'प्रिन्ट ओम ऑफसेट', २६९ ब/२, दौलतनगर, सातारा.
फोन - ३४०४९/३२०८२

अक्षरजुळणी : **प्रशांत गुजर**
'टाईप इनोव्हेटर्स', १९५ सदाशिव पेठ, सातारा.
फोन - ३४३७२

मूल्य : **सहा रुपये**

मनोविकार आणि भूतबाधा

प्र.१ मन म्हणजे काय ?

मन हा शरीरात दाखविता योण्याजोगा अवयव नाही. विचार, संवेदना, भावना, स्मृती, झोप, जागृतावस्था, अशा सर्व गोष्टींचा अनुभव म्हणजे मन म्हणता येईल. त्यामुळे मन हे दाखविता येत नसते, पण मनाचे आस्तित्व मात्र सतत जाणवते. हा मनाच्या आस्तित्वाचा अनुभव मेंदूच्या अस्तित्वावर पूर्णतया अवलंबून असल्याने, मेंदूच्या अस्तित्वाशिवाय मनाचे अस्तित्व असू शकत नाही. म्हणून मनाचे स्थान मेंदूत आहे, हे निश्चित. मेंदूतल्या पेशींच्या कार्यावर मानवी मनाच्या प्रक्रिया (उदा. विचार, स्मृती, भावना संवेदना इ.) अवलंबून असतात. मेंदूचे काम बिघडले की मनाचे काम बिघडते.

मनाचे दोन भाग कल्पिले आहेत. एक बाह्य मन जे जागृतावस्थेत बाह्य जगात आपल्याला जाणविणाऱ्या गोष्टींचा अर्थ लावण्याचे काम करते. बाह्यमन झोपेत काम करीत नाही. पण अंतर्मन मात्र जागेपणी व झोपेतही सतत काम करीत असते. बाह्यमनाला मदत करण्याचे काम ते करते. त्याशिवाय आजवरचे आपले विचार, ज्ञान, इच्छा, आठवणी, भावना इ. अनेक गोष्टी अंतर्मनात साचलेल्या असतात.

प्र.२ मन आजारी पडते म्हणजे काय होते ?

मानवी मनाचे कार्य मेंदूमधल्या विशिष्ट पेशींच्या कार्यावर अवलंबून असते. जेंव्हा मेंदूमधल्या पेशींच्या कार्यात वेगवेगळ्या कारणांमुळे बिघाड होतो. वा पेशींचे एकमेकांशी संतुलन तुटते अथवा या पेशी मुळातच दोषपूर्ण असतात तेंव्हा मन आजारी पडते व मनोविकारांची लक्षणे दिसू लागतात.

मन आजारी पडते म्हणजें मनाच्या काही प्रक्रिया बिघडतात. वर्तन, भावना, विचार संवेदनांचा अर्थ लावणे, आठवण राहणे, जाग येणे वा झोपणे अशा व इतर अनेक गोष्टींमध्ये बदल होतात. हे बदल त्या मानवाला व इतरांना त्रासदायक ठरतात.

प्र.३ काही प्रामाणिक माणसे भूत दिसल्याचे सांगतात. जर जगात भूत नाही तर त्यांना ते कसे दिसते ?

वय वर्ष नऊपर्यंत जी काही माहिती मुलांना मिळते; ती माहिती अंतर्मनात जशीच्या तशी स्वीकारली जाते. ती माहिती खरी की खोटी हे समजून घेऊन मग खरी माहिती मनात ठेवणे व अनुभवास न येणारी ऐकीव माहिती न स्वीकारणे, लहान मुलास जमत नाही. मोठेपणी वैज्ञानिक दृष्टिकोनाचा उपयोग करून जादू, चमत्कार, भूत इ. कल्पना तपासून अंतर्मनातील ही असत्ये दूर, करण्याचे काम माणसे करत नाहीत. त्यामुळे अंतर्मनात ती माहिती तशीच साचून रहाते.

विशिष्ट प्रसंगांमध्ये बाह्य मनाला संवेदनांचे भास होतात त्यावेळी ही अंतर्मनातली माहिती त्या भासांना पूरक ठरते. भास खरा वाटू लागतो. भूताच्या रंग, रूप, ध्वनीविषयी जेवढे ऐकले असेल व तर्क न वापरता स्वीकारले असेल ते सर्व अशा वेळी अंतर्मन समोर मांडते.

प्रामाणिक माणूस त्या भासाला खरा अनुभव समजतो.

प्र.४ भूतबाधा झालेली व्यक्ती कशी वागते ?

भूतबाधा होते म्हणजे प्रत्यक्षात मनाचे कार्य बिघडते. त्यामुळे भावना, वर्तन, विचार व संवेदना यात विचित्र बदल होतात. मन उत्तेजित होते. भीतीची भावना वाढते. असुरक्षित वाटू लागल्याने स्वत:स वाचविण्यासाठी रोगी एकतर पळू लागतो, गप्प बसतो वा कुणावरही हल्ला करतो. विचित्र बोलणे, राग येणे, भयभीत होणे, विचित्र हातवारे करणे, रात्री झोप न येणे, न जेवणे वा अति जेवणे असे प्रकार रोगी करू लागतो. भीतीमुळे छातीत धडधडणे, घाम येऊन हातपाय गार पडणे, श्वासोच्छ्वास जलद होणे, येथपासून ते हृदय बंद पडणे येथपर्यंत काहीही होऊ शकते.

प्र.५ मनोविकार रहस्यमय कां वाटतात ?

काही मनोविकारांची लक्षणे रोग्याच्या व प्रेक्षकांच्या मनात भीती व आश्चर्य निर्माण करतात. ही लक्षणे त्या मनोविकारास गूढ रहस्यमय बनवितात. सिझोफ्रेनियातले भास, हिस्टेरियातले नाट्यमयता, एपीलेप्सी (आकडी) त अचानक येणारा झटका, रिकरंट पीरीऑडिक सायकोसिस मधली विशिष्ट काळात पुन्हा पुन्हा 'आपोआप' येणारी लक्षणे ही सर्व रहस्य वाढवितात. आपल्यापाशी या आजारांची नीट माहिती नसल्याने आपण गोंधळतो.

मनोविकारांची खालील वैशिष्ठ्ये रहस्यमयता वाढवितात -

१) विकार अचानक जडू शकतो.

२) कुणालाही आजार होऊ शकतो.

३) कुठलेही मानसिक त्रासाचे, दु:खाचे वा रोगाचे कारण नसतानाही हा विकार होऊ शकतो.

४) विकाराची लक्षणे अचानक, थांबू शकतात. प्रभावी सूचना देऊन वा गूढ वातावरण निर्माण करून ही लक्षणे तात्पुरती थांबविता येतात.

५) आजारात उत्तेजित अवस्थेमुळे रोगी वेदनांची वा धोक्याची पर्वा न करता मानवी ताकदीला शक्य पण विचित्र वर्तन करू लागतो. उदा. उंच झाडावर वा खांबावर चढणे, चार आठ माणसांना न जुमानणे, अंतर्मनात साठविले गेलेले विचित्र शब्द वेगळी भाषा असंबंद्ध बोलणे. जणू काही वेगळीच गूढ शक्ती त्या माणसात शिरली आहे असे हे प्रकार पाहणाऱ्यास अज्ञानामुळे, भीतीमुळे वा अंर्तमनावरील पूर्वसंस्कारामुळे वाटू लागते.

६) उत्तेजित अवस्थेमुळे दातखीळ बसणे, वेदना न जाणविणे, थकवा न कळल्याने बराच वेळ घुमणे असे प्रकार घडतात.

७) काही मनोविकार व लक्षणे मेंदूमधल्या रासायनिक घड्याळ्यामुळे ठराविक कालमर्यादित परत परत होतात. त्यात पूर्वसूचना व ठराविक समज मनात असली तर त्यामुळे ते दिवस जवळ आल्यावर मनातील ताण वाढू लागतो व विशिष्ट दिवशी मनोविकाराची लक्षणे उद्भवतात उदा. देवीच्या दिवशी अंगात येणे, पौर्णिमा अमावस्येला भूताचा भास होणे, मॅनिक डिप्रेसिव्ह सायकोसिससारखे ठराविक काळाने पुन्हा पुन्हा येणारे झटके इ.

८) इतर आजारात रोगट अवयव दाखविता वा तपासाद्वारे सिद्ध करता येतो. पण मनोविकारात असे स्पष्ट काही सिद्ध करता येत नसल्याने हे आजार गूढ वाटतात. मनोविकार शास्त्र हे गेल्या काही दशकात पुढे आलेले असल्यामुळे त्याबाबत विशेष माहिती जनमानसात नाही. त्यामुळे मनोविकारांबाबत गूढता, गैरसमज व अंधश्रद्धा जास्त आहेत.

प्र.६ सौम्य मनोविकार म्हणजे काय ?

सौम्य मनोविकाराला 'सौम्य' म्हणण्याचे कारण एवढेच की त्यात आढळणारी

लक्षणे रोग्याला सौम्य प्रमाणात अस्वस्थ करतात. वास्तवाचे भान शिल्लक ठेवतात. रोगी अस्वस्थ असतो, पण उत्तेजित अवस्थेत जाऊन विचित्र बडबड वा विचित्र वर्तन करीत नाही. समाजाचे नियम पाळतो, दैनंदिन जबाबदाऱ्या (नैराश्य वगळता इतर आजारात) पार पाडतो. मेंदूत बिघाड होत नाही व आपण आजारी असल्याचे रोग्यास कळते. काही औषधे, चर्चा विचारविनिमय व जीवनविषयक दृष्टिकोणातले दोष दूर केल्यावर रोग्यास बरे वाटते. संबंधित अंधश्रद्धा - अंगात येणे, दृष्ट (नजर) लागणे, अपयशाला वाईट नशीब जबाबदार असणे, वेगवेगळ्या शांती व यज्ञविधी करणे, अंगठ्या, ताईत वापरणे, इ.

प्र.७ तीव्र मनोविकार म्हणजे काय ?

यात लक्षणे तीव्र असतात व रोग्यास वास्तवतेचे भान नसल्याने आपण आजारी असल्याचे बऱ्याच वेळी त्याला कळत नाही. समाजाचे नीतीनियम तो पाळीत नाही, दैनंदिन जबाबदाऱ्या पार पाडीत नाही. काही आजारात आनुवंशिकता कारण असते तर इतर आजारात बऱ्याच वेळी मेंदूच्या कार्यपद्धतीत बिघाड झालेला असतो. काही आजारात व्यक्तिमत्वाचा ऱ्हास होऊ शकतो. औषधे, विद्युत उपचार पद्धती (इ.सी.टी.) व चर्चा-विचार विनिमयाने रुग्ण बरा होऊ शकतो.

संबंधित अंधश्रद्धा - भूतबाधा, करणी, दैवी कोप होणे, चेटूक, घराण्याला शाप असणे, इ.

प्र.८ जसे शरीर दमते तसेच मन दमते का ?

वर्षानुवर्षे केलेल्या मानसिक कष्टांमुळे मनही दमू शकते. छातीतली धडधड, अस्वस्थता, हुरहूर, उगाच थकवा, निराशा, अंग गळून जाणे, काही करण्याची उमेद नसणे, कामे पुढे ढकलीत रहाणे, असलेल्या गोष्टींचा आनंद न घेता येणे, उगीचच वेडेवाकडे विचार मनात येणे, भविष्याबाबत नकारार्थी भूमिका मनात तयार होणे, आत्मविश्वास गमावणे, इंटरव्ह्यू परीक्षा अशा प्रसंगी सारे येत असून आयत्या वेळी विसरणे, अंगदुखी, पाठदुखी, डोकेदुखी, चिडचिड वाढणे इत्यादी अनेक लक्षणे आपल्याला आपले मन दमले असल्याची, आपल्या वागण्यात विचार पध्दतीत दैनंदिन वेळापत्रकात बदल घडविणे जरुरीचे असल्याचे सांगत असतात. मनाचे दमणे दुर्लक्षल्यास त्याचे नैराश्य वा मनोकायिक आजारात रूपांतर होऊ शकते.

प्र.९ विचार पद्धतीतले कुठले दोष माणसाला चिंताग्रस्त बनवितात ?

विचारपद्धतीतील पुढील दोष माणसाला चिंताग्रस्त बनवितात -

१) माणसाच्या हातून चुका घडू शकतात, हे विसरणे.

२) 'अपेक्षा', अपेक्षा आहेत हे विसरून, त्या सुखी होण्यासाठी आवश्यक गोष्टी आहेत असे समजून वागणे.

३) उगीच अतिशयोक्त विधाने करणे, व घटनेवर तीव्र प्रतिक्रीया देणे.

४) श्रेष्ठतेचा हव्यास व कनिष्ठतेचा अनादर करता करता माणसांचा अनादर करणे.

५) भविष्याची चिंता करणे, भविष्य जाणून घेण्यासाठी अंधश्रद्धांचा आधार घेणे. भविष्याच्या चिंतेपोटी वर्तमानातला आनंद घालविणे.

६) जीवन अनिश्चित व असुरक्षित आहे, हे सत्य उगीचच नाकारून निश्चिती व सुरक्षितता यासाठी जीवघेणी धावपळ करणे.

प्र.१० सिझोफ्रेनियाची लक्षणे कोणती ?

प्रमुख लक्षणे – तीव्र मनोविकाराच्या या प्रकारात रोगी नीट विचार करू शकत नाही. काम करू शकत नाही. विचित्र, वेडगळ, निरर्थक वाचनावर तो विश्वास ठेवतो, तो त्या प्रमाणे वागतो. उदा.त्याला वाटते की, 'लोक त्याच्या विरुध्द आहेत.' तर तो त्यांच्याशी भांडतो, जेवणात वीष घातले आहे असे वाटून जेवण टाळतो. त्याला कुणी जवळ नसताना बोलणे ऐकू आल्याचा भास होतो. शिव्या ऐकू येतात, त्यांना तो उत्तर देऊ लागतो. तो हसतो, बरळतो, रडतो पण सारे स्वत:शीच. कुठे कसे वागावे हे त्याला हळू हळू कळत नाही. स्वत:चे दैनंदिन कार्यक्रम उदा. आंघोळ करणे, कपडे घालणे, लघवी संडास ठरावीक वेळी, ठरावीक ठिकाणी जाऊन करणे हे रुग्ण नीट करीत नाहीत. उन्मादावस्थेत आवरत नाही. त्याला सांभाळणे सर्वांना कठीण होऊन जाते. आजार जुनाट होत जातो, व्यक्तिमत्वाचा ऱ्हास होतो, रोगी एक त्रासदायक लोढणे ठरतो.

प्र.११ सिझोफ्रेनियाविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?

कुणीतरी रुग्णावर करणी केली आहे, किंवा त्याला भूत बाधा झाली आहे असे वाटते. मग त्यावर अंगारा लावणे, उतारा करणे, मारहाणीने भूत उतरविणे, बळी विधी करणे इ. केले जाते. किंवा अनोळख्या गावी गेल्यास तेथील गावकरीं रोग्याचे 'नशीब चांगले' असेल तर त्याला तेथलेच गावकरी, दैवी पुरुष समजतात. ''खाण्याची ओढ नाही, कपड्यांची हौस नाही, कशाचा मोह नाही. घाणेरडे व चांगले एकाच मापाने मोजतो. देवाशी बोलत असतो, फक्त हुंकाराने मोठ्या प्रश्नांची उत्तरे देतो, कशातच मन गुंतले नाही. विरक्त राहतो असा अर्थ लाऊन पूजा केली जाते. घडलेल्या चांगल्या घटनांचा त्याच्या कृतीशी अर्थ लाऊन त्याचे कौतुक केले जाते (उपचार मात्र केला जात नाही)

प्र.१२ मंद बुद्धीची लक्षणे कोणती ?

प्रमुख लक्षणे – शारीरिक वाढीबरोबर त्या प्रमाणात बुद्धिची वाढ होत नाही. वय वाढले तरी अक्कल वाढलेली दिसत नाही. जसजसे मूल मोठे होत जाते तसतसे दैनंदिन कार्यक्रमात त्याचा ढिलेपणा लक्षात येऊ लगतो. कामे परत परत सांगावी व शिकवावी लागतात. आता सांगितलेले थोड्या वेळाने विसरले जाते. अभ्यासात मागे पडून रोगी परत परत नापास होत राहतो. मुलगी असेल तर घरातले काम शिकू शकत नाही. स्वत:ची काळजी घेणे जमत नाही. ही आपली कमतरता जाणवल्यास रोगी दु:खी होतो. मंद बुद्धीच्या रोग्याचे वागणे पोरकट व विचित्र असते. कधी कधी सायकोसिस होऊ शकतो. व त्यातून लवकर सुधारणा होत नाही. अशी मुलगी वयात आल्यावर वाईट प्रवृत्तीचे लोक तिचा गैरफायदा घेऊ शकतात.

प्र.१३ मंदबुद्धी विषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?

हा आजार घरच्या दैवताचा कोप समजला जातो व प्रचलित वैद्यकीय उपचार पुरेसे यशस्वी ठरत नाहीत. आई वडिलांच्या असहाय परिस्थितीचा फायदा मांत्रिकापासून वाईट डॉक्टरांपर्यंत सगळे घेतात व आशा दाखवून पैसे उकळतात. अशी मुले गावातल्या दुष्काळाला कारणीभूत धरली जातात. अशुभ समजली जातात. त्यांचा बळी देखील दिला जातो. अघोरी साधनेसाठी अशी मुले बळी दिली जातात. क्वचित कधी अशा माणसांचाही 'महाराज' होऊन जातो.

प्र.१४ मिरगीची लक्षणे कोणती ?

प्रमुख लक्षणे – अचानक माणूस जागच्या जागी कोसळून पडतो, बेशुद्ध होतो, हातापायांना झटके (आचके) येतात. तोंडातून फेस येतो. शुद्ध आल्यावर थोडावेळ माणूस गोंधळल्यासारखा वागतो. झटका अर्धवट झाल्यावर किंवा हा प्रकार टेंपरललोब एपीलेप्सीचा असल्यास माणूस खाली पडत नाही. तर अचानक विचित्र बडबडतो, विक्षिप्त हातवारे करतो, अंगावरचे कपडे फाडतो, वारे प्यायल्यासारखा पळत सुटतो, प्रचंड ताकद आल्यासारखा मारहाण करतो, विचित्र भाषा बोलतो, होणाऱ्या भासांना उत्तरे देतो. सौम्य ॲटॅक आल्यास रोगी फक्त काही क्षण विचित्र हातवारे करतो. त्याच्या हातातल्या वस्तू खाली पडतात. पूर्वी कधीकाळी काही ऐकलेले पाहिलेले बडबडतो. कधी कधी फक्त विस्मृतीचे झटके येतात व काही तास, काही दिवस, काही महिने माणूस स्वत:ची व इतरांची ओळख विसरतो, वेगळे आयुष्य जगू लागतो. ॲटॅक मधले रोग्याला काही आठवत नाही.

प्र.१५ मिरगी विषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?

या आजारासही दैवी कोप समजला जातो. झटके येत असल्यास वेगवेगळे दैवी उपचार, मंत्रोपचार केले जातात. नीट न समजल्याने वैद्यकीय उपचारही योग्य प्रकारे केले जात नाहीत. अर्धवट झटक्याला भूतबाधा समजली जाते. झटके चालूच राहिल्यास मृत्यू ओढवू शकतो. अशा वेळी त्याला कुणी तरी मूठ मारल्याचा अंदाज व्यक्त केला जातो. वेळोवेळी झटके येऊन मंदबुद्धीचा आजार झाल्यावर त्याला कुणाची तरी दृष्ट लागल्याची खात्री वाटते. ॲटॅकच्या वेळी त्याची बडबड ऐकून लोकांना दैवी प्रकाराची 'भूत संचाराची' खात्री पटते. विस्मृतीत रोगी वावरत असल्यास त्याच्यात परक्या आत्म्याने प्रवेश केल्यामुळे तो स्वत:स विसरला असे समजले जाते. ॲटॅक अचानक थांबल्यास दैवी उपचारास श्रेय मिळते.

प्र.१६ नैराश्याची लक्षणे कोणती ?

प्रमुख लक्षणे – झोप उडते, भूक मंदावते, मनुष्य प्रथम अस्वस्थ नंतर निराश होतो. साऱ्याच शारीरिक व मानसिक प्रक्रिया मंदावतात. कशातच रुग्णाचे मन लागत नाही. जीवन जगणे कठीण जाते. जीवन संपविण्याचे, आत्महत्येचे विचार उगीचच मनात येऊ लागतात. संसारातले लक्ष उडून जाते. विरक्ती येते. बऱ्याच वेळा शारीरिक त्रासानंतर उदा. ऑपरेशन नंतर किंवा बाळंतपणानंतरच्या पहिल्या वर्षात हा आजार होऊ शकतो. यश मिळणार नाही असे समजून कामे टाळतो. प्रयत्न थांबवितो. माणूस दैववादी बनतो, प्रयत्न सोडून देतो, अपयशाची कारणे न शोधता आपल्या वाईट नशिबाला दोष देतो. योग्य प्रयत्न करीत नाही. वेगवेगळे शारीरिक आजार उदा. डोकेदुखी, अर्धशिशी, ॲसिडिटी, (आम्ल वाढणे) निद्रानाश इत्यादी होतात. जुने आजार उचल खातात. नैराश्यामुळे औषधोपचार नीट केला जात नाही.

प्र.१७ नैराश्याविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?

माणूस दैववादी बनतो, ज्योतिष, ग्रहपीडा, वाईट नशीब, ताईत, अंगठ्या, गंडेदोरे अशा अनेक अंधश्रद्धांमागे लागतो. स्वत:स पीडा करून घेऊन देवाला प्रसन्न करण्याचे अनेक उपाय उदा. कडकडीत उपास, फटके मारून घेणे इ. करतो. अपयशाची कारणे स्वत:च्या प्रयत्नात न शोधता दैवताच्या कोपात शोधली जातात. खर्चिक अंगठ्या घातल्या जातात. नवविवाहीतेस नैराश्य आल्यास तिला दृष्ट लागली, तिच्यावर चेटूक केले, ती स्वत:च पांढऱ्या पायाची म्हणून सुख घेता येत नाही. असे समजले जाते. मुलीच्या जन्मानंतर आईस नैराश्य आल्यास आयुष्यभर त्या मुलीवर राग काढला जातो. मुलगी जन्मणे हे वाईट या अंधश्रद्धेपोटी देखील नैराश्य येते.

प्र.१८ 'हिस्टेरिया' रोगाविषयी माहिती द्या. हिस्टेरियाची लक्षणे कोणती ?

आपल्या मनाला होणारा त्रास, आपल्या भावना, आपले मत, आपल्या आवडी निवडी या जेव्हा व्यक्तीला व्यक्त करता येत नाहीत, तेव्हा तो त्याच्या मनात दडपून टाकतो आणि विसरू पाहतो. पण त्या दडपलेल्या भावना, अन्तर्मनाला असह्य ताण देतात. दबलेल्या भावना, इच्छा, विचार, मग शारीरिक आजारांच्या लक्षणाद्वारे व वर्तनांच्याद्वारे व्यक्त होतात. त्यामुळे ताण कमी होतो व ही लक्षणे होत असताना आतून रोग्याला बरे वाटत असते. त्याला आजारात सहानुभूती, इतरांचे लक्ष, सवलती मिळतात. आजारी पडल्याने संकटातून तात्पुरती सुटका होते. म्हणून मग हा आजार परत परत होतो. सारे तपास (नॉर्मल) चांगले असतात. डॉक्टरांच्या तपासणीत आजार नसल्याचे सिध्द होते. (मग बाहेरची बाधा समजली जाते) समाजात दबल्या जाणाऱ्यामध्ये हा प्रकार जास्त होतो. म्हणून स्त्रिया व मुलांना हा आजार जास्त प्रमाणात होतो.

प्रमुख लक्षणे – बेशुद्ध पडणे, फिटस् (आकडी) येणे, हात, पाय, जीभ लुळी पडणे, आंधळेपणा, अंगदुखी, डोके दुखी, पोटदुखी, विचित्र वर्तन, विचित्र बोलणे, (तात्पुरते) भ्रमिष्टपणा, तात्पुरती व तेवढ्याच विषयापुरती विस्मृती होणे, हातपाय हालत राहणे इत्यादी काहीही लक्षणे होऊ शकतात. प्रसंगानुसार व प्रेक्षकांसमोर हे आजार होतात. नुसत्या सुचनेने पटकन बरेही होतात, पण परत परत होतात. मानसिक ताण वाढला की आजार होतात. प्रसंग टळला की बरे वाटते.

कधी कधी जनसमुहाला हा आजार एका वेळी होऊ शकतो. मधेच जनसमूह ओरडू लागतो, उन्मादाने नाचू लागतो, सूचना दिल्यास रडू लागतो, हसू लागतो, प्रत्येक जण जागच्या जागी घुमू लागतो. मोठे संकट यायचे असल्यास त्या ताणाखाली असे प्रकार होतात. त्याच बरोबर संमोहनाने, तल्लीन झाल्यावर हे प्रकार घडू शकतात.

प्र.१९ हिस्टेरिया विषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?

आजारात नाट्य भरपूर, पण तपासात काही सापडत नसल्याने भूतबाधा, बाहेरची बाधा समजली जाते. सूचनेने आजार बरे होत असल्याने अनेक मांत्रिकांचे फावते. जागच्या जागी प्रकार बरे होत असल्याने (असले उपचार नाटकी पद्धतीने डॉक्टर करीत नसल्याने त्यांना त्वरित यश मिळत नाही) मांत्रिक भगतांचे नाटक या केसेसवर जोरात चालते. हितसंबंधी लोक आजारांप्रमाणे खोटे प्रकार करून दाखवितात व स्थान, महात्म्य वाढवितात. अंगात येणे हा प्रकार संमोहनामुळे आणि हिस्टेरियल व्यक्तीमत्वाच्या लोकांमध्ये जास्त होतो.

प्र.२० दारूच्या व्यसनाची लक्षणे कोणती ?

प्रमुख लक्षणे – कुठल्याही प्रकारे दारू मिळवणे व पिणे या शिवाय बाकी सारे कामे व जबाबदाऱ्या याकडे माणूस दुर्लक्ष करू लागतो. त्याचा स्वभाव हेकट, तापट व संशयी होत जातो. सहनशक्ती कमी होते. वेगवेगळे शारीरिक व मानसिक आजार, अपघात होतात. रोग प्रतिकारक शक्ती कमी होते. आपल्या प्रिय माणसांपासून तो माणूस भावनेने दूर जातो. वेगवेगळे भास होऊ लागतात.

काहीजणांबाबत, दारू अनेक वर्षे पीत असणाऱ्या माणसाने दारू अचानक सोडल्यास पुढील काही दिवस तो भ्रमिष्टासारखा वागू लागतो, वेड्यासारखे बडबडणे, संशय घेणे, भीती वाटून पळत सुटणे असे प्रकार करू लागतो. नैराश्यासारखे, उन्मादावस्थेसारखे रोग जडतात. दारू पिण्याव्यतिरिक्त इतर कशात रस रहात नाही.

प्र.२१ दारू पिण्याविषयी प्रचलित अंधश्रद्धा कोणत्या ?

एखाद्याचे नशीब वाईट म्हणून तो दारू पिऊ लागतो. अपयश व दुःख या मुळेच तो दारू पिऊ लागला, असेही समर्थन मांडले जाते. (प्रत्यक्षात त्या माणसाचे व्यक्तीमत्वच दोषी असल्याने प्रथम अर्धवट प्रयत्नानंतर अपयश, दुःख व नंतर व्यसन जडणे असे होते.)

अनुवंशिकता आढळल्याने, एखाद्या घराण्यालाही दारू पिण्याचा शापच आहे असे समजले जाते.

अंगारा व दैवी उपचाराने दारू सुटते असा समजले जाते. प्रत्यक्षात त्या माणसाची मनोभूमिका व समाजाने त्यांच्यावर आणलेल्या नियंत्रणाचा तो परिणाम असतो.

सुशिक्षित व श्रीमंत लोक दारू ही व्यवसायातल्या व्यवहारांसाठी उपयोगी व आवश्यक बाब समजतात. प्रकृतीसाठी (झोप व भुकेसाठी) दारू वापरली जाते. आदिवासींमधे तर धार्मिक प्रसंगामध्ये दारूचे स्थान महत्वाचे आहे. कधी कधी दारू सोडल्यावर येणाऱ्या भ्रमिष्टावस्थेला भूतबाधा समजली जाते.

अंगात येणे

प्र.२२ भगताने 'अंगात ये' म्हटले की काय होते ?

गावातल्या कळकट, चिलीम ओढणाऱ्या, तापट, भडकू डोक्याच्या भगताच्या अंगात मात्र त्याला पाहिजे तेंव्हा 'देव अंगात' येतो ! देवाला 'ये' म्हटले की तो अंगात येतो, वेळ घालवीत नाही. नुसते अंगात येते, एवढेच नव्हे तर तो सर्वज्ञ अनादी अनंत निर्गुण जगन्नियंता भविष्य सांगतो, फटाफट प्रश्नांची उत्तरे देतो, लिंबू, नारळ, वरण-

भात, मटण, उलट्या पिसांचे कोंबडे, कपडे, साड्या, बांगड्या काय मनात येईल ते मागतो आणि जाण्याची घाई घाई करीत नाही, सावकाश जातो. चारचौघांसारखी वागणारी बाई भजनात दंग होऊन वाद्यांच्या गजरात अचानक घुमू लागते, आवाज बदलते, वेगळे वागू लागते, तिच्यात देवीचा संचार होतो, पाया पडणाऱ्या बाया बापड्यांच्या गराड्यात ती प्रश्नांची उत्तरे देऊ लागते, काही काळ एकच धमाल उडते.

देव-देवी महान साधूसंताना साधे दर्शनही वर्षानुवर्षे देत नाहीत. पण गावोगावी (शहरात सुद्धा) महिन्या पंधरवड्यातून एकदा तरी हे देव असे सहज सर्व सामान्यांच्या शरीरात शिरतात आणि बोलू लागतात.

प्र.२३ अंगात येते याची कारणे कोणती ?

१) भगत पुजारी व काही ढोंगी माणसे 'अंगात' आल्याचे ढोंग करतात.

२) वातावरण निर्मिती, पूर्व संस्कार, सूचना ग्राहकत्व व मानसिक ताण यामुळे व्यक्तिमत्वाचे विघटन होऊन काही माणसांच्या अंगात येते.

३) अंगात आल्याने मानसिक ताण कमी होतो, दैनंदिन जीवनात प्रतिष्ठा मिळते. त्यामुळे काही जणांच्या परत परत अंगात येते.

४) संमोहित होऊन अंतर्मनाने सूचना स्वीकारल्यामुळे काहींच्या अंगात येते.

५) हिस्टेरिकल व्यक्तिमत्वाच्या मंडळींमध्ये लोकांचे लक्ष वेधून घेण्याच्या प्रयत्नात अंगात येते.

प्र.२४ अंगात आलेल्या व्यक्ती दैवी चमत्कार करतात हे खरे की खोटे ?

दैवी शक्तीचा कुठेही पुरावा आळढलेला नसल्याने दैवी शक्तीचे अस्तित्व व दैवी चमत्कार आंधळेपणाने मान्य करण्याची काहीच आवश्यकता नाही.

जे दैवी शक्तीचे चमत्कार समजले जातात त्यात अमानवी काही नसते. काही हातचलाखीचे प्रयोग, साधे शास्त्रीय प्रयोग, संख्याशास्त्रातील शक्यता सिध्दांतांवर आधारित प्रश्नोत्तरे व संमोहन आणि उन्मादावस्थेत वेदना, थकल्याची पर्वा न करता केलेले विचित्र वर्तन या पलीकडे काहीच नसते.

अंगात आलेली व्यक्ती जे चमत्कार (?) करू शकते ते जागृतावस्थेत कुठलाही माणूस करू शकेल. फक्त ते प्रभावी होण्यासाठी त्याला थोडे प्रशिक्षण घ्यावे लागेल.

प्र. २५ अंगात आलेल्या व्यक्तीचा मानसशास्त्रीय अभ्यास कोणी केला आहे का ? व त्याचे निष्कर्ष असल्यास कोणते ?

डॉ. सतीजा आणि इतरांनी राजस्थानात 'अंगात' आलेल्या व्यक्तींचा अभ्यास केला आहे.

१) साधारणत; या व्यक्तीचे वय १५ ते ३९ या मधले होते.

२) पुरुष व स्त्रिया यांचे एकमेकांशी प्रमाण ४६:५४ असे होते.

३) जवळ जवळ ८०% व्यक्ती शिक्षित होत्या.

४) शहरी व्यक्ती व ग्रामीण व्यक्ती यांचे एकमेकांशी प्रमाण ८२:१८ असे होते.

५) यात विद्यार्थी २६ टक्के, घरातल्या स्त्रिया (नोकरी न करणाऱ्या) २४ टक्के व स्वत:चा व्यवसाय करणारे २० टक्के होते. या संशोधनात संमोहित अवस्थेत गेलेल्या व्यक्तींचा जो अभ्यास मांडला गेला आहे. त्यातून पुढील गोष्टी स्पष्ट जाणवतात.

अंगात येणाऱ्या व्यक्तींच्या अन्तर्मनाला आधीपासून असे काही होऊ शकते किंबहूना होतेच ही जाणीव होते. 'अंगात येते' अशी माहिती होती. व तशा प्रकारचे संस्कार असलेली ती व्यक्ती होती.

सूचना, ग्राहकत्व या व्यक्तीमध्ये अधिक होते; बऱ्याच जणांच्या अंतर्मनात मानसिक ताण, नैराश्य, राग अथवा अपराधी भावना होती. या व्यक्तीची बुद्धिमत्ता सर्व सामान्यांपेक्षा कमी होती.

प्र.२६ 'अंगात येणे' या प्रकारची चिकित्सा का केली पाहिजे ?

स्थान महात्म्य वाढावे, टिकावे व त्या द्वारे भाविकांना लुबाडता यावे यासाठी अनेक ठिकाणी अंगात येण्याचे ढोंग चालते. ती फसवणूक आहे म्हणून त्या प्रकारची चिकित्सा व्हायला हवी.

मानसिक ताण कमी होतो व प्रतिष्ठा मिळते. यासाठी ज्यांच्या अंगात येते त्यांना मानसोपचार मदतीने अधिक चांगले जीवन जगता येईल. म्हणून अशा व्यक्तींच्या अंगात येण्याची चिकित्सा व्हायला लागते.

नैराश्य व हिस्टेरिया या प्रकारातही त्या त्या व्यक्तींना त्यांचे मानसिक प्रश्न सोडविण्यासाठी मानसोपचार उपयुक्त ठरतात.

भविष्य जाणण्यासाठी, प्रश्नोत्तरे मिळविण्यासाठी अंगात आलेल्या व्यक्तीकडे धाव घेणाऱ्या भोळ्या व्यक्तींना तेथे चुकीचे मार्गदर्शन मिळू शकते.

ह्या भोळसटपणापासून वाचविण्यासाठी अंगात आलेले 'खरे की खोटे' ही चिकित्सा भाविकांनी केलीच पाहिजे.

प्र.२७ स्वत:ला मानसिक आजार आहे हे कसे ओळखाल ?

आपले मन स्थिर आहे, अस्वस्थ नाही असे आपणास वाटते का ? विनाकारण छातीत धडधड, हातापायाना घाम फुटणे, लोकांसमोर वावरायला भीती वाटणे, झोप नीट न लागणे, कामात सतत लक्ष न लागणे, हुरहूर वाटत राहणे यापैकी काही होते का ? सतत आपणास कुठल्या बाबतीत न्यूनगंड वा दु:ख वाटत राहते का ? सर्वसाधारणत: आपण आनंदी असता की दु:खी असता ? आत्महत्त्येचे विचार मनात येतात का ?

उगीचच संशयी किंवा निरर्थक विचार मनात घोळत राहतात का ? लोक तुमच्याबद्दल वाईट बोलत आहेत, तुमच्या विरुध्द कारस्थान करीत आहेत असे खात्रीलायकरित्या वाटते का ?

कुणीही जवळ नसताना आवाज वा बोलणे ऐकू येत असल्याचा भास होतो का ? शरीरातून वेगळ्या, विचित्र संवेदना जाणवतात का ?

स्वत:बद्दल तुमच्या भावना व वस्तुस्थिती यात फरक आहे का ? असल्यास कशामुळे ?

स्वत:ला मानसिक आजार आहे असे आपणास वाटते का ?

वरील प्रश्नापैकी एक वा अधिक प्रश्नास होय उत्तर असल्यास स्वत:ची मानसिक चिकित्सा मनासोपचार तज्ज्ञाकडून करून घेणे उपयुक्त ठरेल.

प्र.२८ अंधश्रद्धा निर्मूलनाबाबत आपण काय करु शकतो ?

आपल्या सहवासात येणाऱ्या व्यक्तींशी या गोष्टींबाबत चर्चा करा. त्यांचे गैरसमज चिकाटीने व सातत्याने दूर करा. फसवणूकीचे प्रकार आढळल्यास निर्भयतेने त्याचा प्रतिकार करा. विज्ञान दृष्टी जोपासण्यासाठी आपल्या बोलण्यात, लिहिण्यात विज्ञान दृष्टी ठेवा.

आपले स्वत:चे विश्वास नव्या ज्ञानावर आधारित आहेत ना, याचा सतत शोध घ्या.

आपल्या मुलांच्या मनामध्ये अंधश्रद्धा रुजणार नाहीत याची काळजी घ्या.

साहित्यात, व्यवहारात अंधश्रद्धा वाढतील असे काही आढळल्यास आपल्या अधिकारात सामाजिक, बांधिलकी म्हणून या गोष्टींना शक्य तेवढा विरोध समाजासमोर येऊन प्रकट करा.

पूर्ण माहिती मिळविल्याशिवाय, चमत्कारांवर व अशा सनसनाटी बातम्यांवर चटकन आंधळेपणाने विश्वास ठेऊ नका. नीट निरीक्षण व तार्किक विश्लेषणाने माहीत होईल की, चमत्कार होत नाहीत. होते तो विज्ञानाच्या नियमांवर आधारित कृती अथवा फसवणूक (हातचलाखी, नजरबंदी).

अशा आजारांनी पिडितांसाठी मनात कारुण्य, आपुलकी जागवा. मानसिक आजार इतर शारीरिक आजारांसारखेच आजार आहेत. तो चेष्टेचा वा तिरस्काराचा विषय करू नका. तसेच त्यावर वैद्यकीय उपचार आहेत. सबब आजाऱ्याकडे दुर्लक्ष करु नका. निदान तालुक्याच्या ठिकाणी आपणा सर्वांच्या मदतीने व अंधश्रद्धा निर्मूलनाचे काम करणाऱ्या कार्यकर्त्यांच्या सहकार्याने मानसिक आधार केंद्रे उभी रहावीत व सद्यस्थितीतल्या आरोग्य व्यवस्थेत आजाराच्या प्रथमोपचाराची व्यवस्था व्हावी यासाठी प्रयत्नशील व्हा.

प्र.२९ मानस रोग प्रतिबंधन व मानस स्वास्थ्य संवर्धनासाठी सरकारी पातळीवर काय करायला हवे ?

१) मानसिक आधार केंद्रांची उभारणी तालुका पातळीवर व्हावी.

२) मानसरोगांचे त्वरित निदान व उपचार केले जावे व किमान प्रथमोपचाराची सोय प्राथमिक आरोग्य केंद्रामध्ये असावी.

३) सुरक्षित व अनुकूल सामाजिक पर्यावरणाद्वारे रोग्यास रोगपूर्वावस्थेत वाचविता येईल.

४) जन्मजात मानसत्रुटींचे प्रतिबंधन केले जावे. (गर्भ व गर्भवतीची काळजी घेणे, लसीकरण करणे इ.)

५) अनुवंशिकत्व सुधारण्यासाठी विवाह मार्गदर्शन व सुजनन-उपदेश याची व्यवस्था केली जावी.

६) शाळांमध्ये बालमानस स्वास्थ्य व शालेय मानस स्वास्थ्य संबंधित केंद्रे चालविली जावी.

७) 'कुटुंब स्वास्थ्य केंद्रे' पंचायतीच्या कक्षेत चालविले जावे.

८) सामाजिक मानस स्वास्थ्य संवर्धनासाठी सामाज विज्ञानातल्या तज्ज्ञ कार्यकर्त्यांची नेमणूक शैक्षणिक केंद्रे, आरोग्य केंद्रे व औद्योगिक क्षेत्रामधे व्हावी.

९) भारतातील 'व्यावहारिक पोषण योजना' Applied Nutrition Programme योग्य रितीने राबवावी.

१०) 'कुटुंब कल्याण नियोजन' केंद्र चालविले जावे.

११) वय वर्षे दहा ते पंधरा वयाच्या मुलामुलींसाठी मानसिक स्वास्थ्याविषयी मार्गदर्शन केंद्र असावे.

१२) स्वयंसेवी संस्था, आरोग्य शिक्षण व सामाजिक विकास ही सरकारची खाती, न्याय कायदा व पोलीस क्षेत्रातील व्यक्ती यांचा समन्वय साधणारी समिती जिल्हा पातळीवर मानस स्वास्थ्य व अंधश्रद्धा निर्मूलनासाठी नियुक्त केली जावी.

प्र.३० इंद्रीय भ्रमाचे काही प्रकार कोणते ?

दृष्टी भ्रम - मृगजळ, भूत

चवीविषयी भ्रम - आवळा खाल्यावर पाणी प्याल्यास ते गोड लागते.

शब्दभ्रम - बोलक्या बाहुल्यांचा खेळ

स्पर्श भ्रम - अंधारात थंड दोरीला स्पर्श केल्यास सापाला स्पर्श केल्यासारखे वाटते.

प्र.३१ मनोभ्रमाचे काही प्रकार कोणते ?

संमोहनाच्या प्रक्रियेतले भ्रम

मनोविकारांमधले भ्रम

अंमली पदार्थांच्या सेवनानंतर होणारे भ्रम

विशिष्ट प्रकारच्या वातावरण निर्मितीनंतर

पूर्वग्रहानुसार व सूचनेनुसार होणारे भ्रम

प्र.३२ भूत दिसते तेंव्हा नेमके काय होते ?

भूत असण्याची शक्यता व पूर्वसूचना मनात उत्कंठा निर्माण करते.

भूताविषयीची ऐकीव माहिती तेवढी मनासमोर येते. बाकीचे विचार दूर होतात. सारासार विचार वा विवेक नाहीसा होतो.

भावना विचारांवर मात करून मनाचा ताबा घेतात.

मनाचे सूचना ग्राहकत्व वाढते. भीती शरीराला उत्तेजित करते. श्वासोश्वास वेगाने होऊ लागतो, हृदय धडधडते, तोंड कोरडे पडते, चेहऱ्याला व हातापायांना घाम येऊन तो तो भाग गार पडतो. त्यामुळे हवेत गारवा जाणवतो. हातापायांना मुंग्या येऊन ते बधीर होतात. पळणे कठीण वाटते. कानात रक्त प्रवाहाचे ठोके जाणवतात. दृष्टी धूसर होते. लक्ष विशिष्ठ ठिकाणी केंद्रित होते. त्या ठिकाणाव्यतिरिक्त बाकी ठिकाणी काळोख वाटू लागतो.ते ठिकाण अधिक प्रकाशमय वाटू लागते. तेथे हालचाल झाल्याचा भास होतो.

वरील वर्णनातील भीती वगळता बाकी सारे शारीरिक बदल शरीरातल्या 'सिंपॅथेटिक सिस्टिम' च्या उत्तेजनामुळे घडत असतात.

भूत दिसताना आपण घाबरतो. कारण भूताविषयीची भीती किंवा खरे तर भूत आहे ही कल्पना आपण विचार व प्रयत्न यांच्या आधारे मनातून काढून टाकलेली नसते.

प्र.३३ 'शोध भूताचा बोध मनाचा' या मोहिमेची थोडक्यात माहिती सांगा.

भूत, प्रेत, पिशाच्च, मूठ मारणे, करणी, मंत्रतंत्र इत्यादी दहशत निर्माण करणाऱ्या अंधश्रद्धांबाबत तीव्र आव्हानात्मक भूमिका घेणे.

भूताचे स्थान, महात्म्य नष्ट करण्यासाठी त्या त्या ठिकाणी विशिष्ठ दिवशी जाहीररित्या एक-एकटे राहणे.

या बाबंतीतला वैज्ञानिक दृष्टिकोण जनमानसासमोर स्पष्ट मांडणे.

त्यात अन्तर्भूत मनोविकारांसंदर्भात जनतेस मार्गदर्शन करणे.

'मानसिक आधारकेंद्रा' सारखा विधायक कार्यक्रम राबवणे.

ही संकल्पना महाराष्ट्र अंधश्रध्दा निर्मूलन समितीने १९९२ साली प्रत्यक्षात राबवली. 'शोध भूताचा बोध मनाचा' कोकण मोहिम ता. १ ते १२ डिसेंबर १९९२ मधे रायगड, रत्नागिरी, सिंधूदुर्ग, या जिल्ह्यामधे घेतली गेली. तिला (बाबरी मशिद ६ डिसेंबरला पाडली गेली त्या खळबळजनक घटनेनंतरही) कोकणवासियांचा प्रचंड प्रतिसाद लाभला.

डॉ.नरेंद्र दाभोळकरांचे सर्वांगिण सक्रीय मार्गदर्शन. डॉ.प्रदीप पाटकरांचे संकल्पन-नेतृत्व, डॉ. प्रसन्न दाभोळकर, कै. राम नगरकर, मा. अनिल अवचट, व मा. निळू फुले यांचा सक्रीय सहभाग. महाराष्ट्र अंनिसच्या कार्यकर्त्यांनी अफाट श्रम घेऊन केलेले सुरेख संयोजन व लेखक मा. विजय तेंडूलकर, डॉ. मोहन आगाशे, मा. एन.डी. पाटील आदींचे

मार्गदर्शन या सर्व गोष्टींमुळे ही मोहीम अंनिसच्या वाटचालीतला एक महत्त्वाचा टप्पा ठरली. जन प्रबोधनाचा एक चांगला मार्ग या मोहिमेमध्ये सापडला.

प्र.३४ 'निरामय मानसिकतेचे मागणी पत्र' कुणी तयार केले ? त्यातली मागण्या कोणत्या ?

महाराष्ट्र अंधश्रध्दा निर्मूलन समितीच्या 'शोध भूताचा बोध मनाचा' कोकण मोहिमेत निरामय मानसिकतेचे मागणीपत्र लोकांसमोर मांडण्यात आले व त्याचा पाठपुरावा महाराष्ट्र राज्य सरकारकडे करण्यात यावा असे ठरले. हे मागणीपत्र डॉ. प्रदीप पाटकरांनी तयार केले. त्यातील प्रमुख मागण्या खालीलप्रमाणे आहेत.

१. भूतबाधा, देवीचा संचार, करणी करणे, मूठ मारणे, भानामती, देवदेवस्की या संबंधित अघोरी उपचार, त्यांचे दुष्परिणाम हे मानसिक आजाराचे प्रकार असल्याने, सरकारने आहे त्या आरोग्य व्यवस्थेत प्रभावी मानसिक आरोग्य सेवा उपलब्ध कराव्यात. जिल्ह्यातील सर्व रुग्णालयांमध्ये मानसिक आजारांवरील उपचाराची व्यवस्था असणे गरजेचे आहे. यासाठी आरोग्य सेवेतील कर्मचाऱ्यांना मनोविकार शास्त्राचे प्राथमिक शिक्षण दिले जावे.

२. वरील अघोरी उपचारांना आळा घालणारा सर्वंकष कायदा व्हावा, अथवा आहे त्या कायद्यातील त्रूटी दूर करून जादूटोणा, करणी, चेटूक आदी प्रकारांनी लोकांची फसवणूक करणाऱ्या लोकांमध्ये भीती फैलावणाऱ्या ढोंगी लोकांना कायद्याच्या कक्षेत आणावे.

३. या संदर्भात लोकजागृतीसाठी प्रसिद्धी माध्यमे, शिक्षक व स्वयंसेवी संस्थांच्या मदतीने सरकारने पद्धतशीर पावले उचलावीत. सरकारने असे प्रकार जिथे आढळतील तिथे वेळोवेळी चौकशी समिती स्थापून शास्त्रीय दृष्टिकोणातून त्या प्रकारांची छाननी करावी व प्रसिद्धी माध्यमांद्वारे त्यातील फसवणूक जनतेसमोर मांडावी.

४. शिक्षणात शालेय स्तरावर विज्ञानदृष्टी, अंधश्रद्धा निर्मूलन व मानसिक आरोग्य हे विषय सरकारने सुरू करावेत.

◆ ◆ ◆ ◆

★ वैज्ञानिक जाणीवा प्रकल्प (सत्यशोध प्रज्ञा प्रकल्प) ★

हा महाराष्ट्रातीलच नव्हे तर भारतातील एक वैशिष्ट्यपूर्ण उपक्रम आहे. या द्वारे संस्कारक्षम वयात अंधश्रद्धा निर्मूलन, वैज्ञानिक दृष्टिकोण व समाजसुधारकांचे कार्य यांचा विचार विद्यार्थ्यांच्यापर्यंत पोचविला जातो. श्रद्धा अंधश्रद्धा, मन-मनाचे आजार, भूताचे झपाटणे, देवीचे अंगात येणे, फलज्योतिष शास्त्र का नाही ? शास्त्रीय विचार पद्धती म्हणजे काय ? स्त्री आणि अंधश्रद्धा निर्मूलन, बुवाबाजी विरोधी लढ्याची वैचारिक भूमिका, चमत्कारांच्यामागील विज्ञान, देव, धर्म आणि नीती याविषयांचा अभ्यासक्रम तयार केलेला असून प्राथमिक व माध्यमिक शाळा तसेच महाविद्यालयीन या स्तरावर शिक्षकांना, प्राध्यापकांना हे प्रशिक्षण दिले जाते व त्यांच्यामार्फत परीक्षांच्याद्वारे विद्यार्थ्यांच्यापर्यंत पोचविले जाते. स्वयंसेवी पद्धतीने चालणाऱ्या या उपक्रमात गेल्या सहा वर्षांत दहा हजाराहून अधिक शिक्षक प्रशिक्षित झाले असून सुमारे सव्वा लाख विद्यार्थी परीक्षेला बसले आहेत. विद्यार्थ्यांच्या वर्तन बदलात हा प्रकल्प यशस्वी ठरला आहे.

या प्रकल्पाचा विस्तार पुढील टप्प्यावर विशेष अभ्यासक्रमाद्वारे आम्ही आता करीत आहोत.

वैज्ञानिक दृष्टिकोण, व्यसनमुक्ती, सर्पविज्ञान, मानसिक आजार व भूतबाधा आणि वयात येताना (फक्त विद्यार्थिनींसाठी) याविषयावरील हे अभ्यासक्रम आहेत. विद्यार्थ्यांना अथवा अन्य कोणासही हे विषय ज्यांना शिकवावयाचे असतील त्यांच्या प्रशिक्षणाची सोय समिती करेल. त्याचे पुस्तकही तयार करण्यात आले आहे. जे विद्यार्थी परीक्षेला बसतील त्यांना नेमकेपणाने विषय समजण्यासाठी प्रश्नोत्तर रूपाने स्वतंत्र पुस्तिकाही तयार केल्या आहेत. त्या आधारेच त्यांच्या परीक्षा घेतल्या जातील. शिक्षकांना प्रकल्पांतर्गत चांगले मानधन मिळेल. विद्यार्थ्यांना व मार्गदर्शकांना पंतप्रधानांचे (माजी) मुख्य वैज्ञानिक सल्लागार व ज्येष्ठ शास्त्रज्ञ डॉ.वसंत गोवारीकर यांच्या सहीचे प्रमाणपत्र देण्यात येईल. हा सर्व प्रकल्प ना नफा ना तोटा या धर्तीवर सामाजिक जाणीवेने चालवण्यात येणार आहे. **यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठान, मुंबई या मान्यवर संस्थेचे सहकार्य या प्रकल्पास लाभले आहे.**

अधिक माहितीसाठी खालील पत्त्यावर संपर्क साधावा.

◆ आपले विश्वासू ◆

प्रा.एन.डी. पाटील	**डॉ. नरेंद्र दाभोलकर**	**श्री. कुमार मंडपे**
अध्यक्ष-महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती (चेअरमन, रयत शिक्षण संस्था)	कार्याध्यक्ष - महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समिती	प्रकल्प प्रमुख सत्यशोध प्रज्ञा प्रकल्प

◆ संपर्काचा पत्ता ◆

श्री. कुमार मंडपे
'जिज्ञासा' २४/२-ब, विसावा नाका, सातारा - ४१५००२. फोन : (०२१६२) ३०९९९